

Дата 08.10.2021.



Утверждаю

Директор МБОУ Чернецовской СОШ

Дмитриев А.А. Дмитриев А.А.

10 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак																
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	220/5	5,4	6,8	36,0	226,1	0,1	0,5	0	0,6	108,4	29,2	124,0	0,6	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/12	0,2	0	12,3	48,9	0	0	0	0	12,8	5,8	7,4	0,7	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,1	0	0	0,8	9,2	13,2	33,6	0,8	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,07	0,1	1	0	2	0	
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,5	5,7	0	70,6	0	0,1	0,1	0,1	170,7	6,8	97	0,2	
Итого за прием пищи:				13,3	21,0	68,5	515,3	0,2	0,6	0,17	1,6	302,1	55,0	264,0	2,3	
Всего за день:				13,3	21,0	68,5	515,3	0,2	0,6	0,17	1,6	302,1	55,0	264,0	2,3	